

**Учреждение образования
«Гомельский государственный университет
имени Франциска Скорины»**

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе
УО «ГГУ им. Ф. Скорины»

(подпись)

И.В. Семченко

(дата утверждения)
Регистрационный № УД-_____/р.

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Учебная программа для специальности
1- 03 02 01 «Физическая культура»
со специализацией 1-03 02 01 05 «Лечебная физическая культура»

Факультет физической культуры

Кафедра оздоровительной и лечебной физической культуры

Курс (курсы) 4,5

Семестр (семестры) 7,8,9,10

Лекции 160 часов

Экзамен 7,9,10 семестр

Практические занятия 32 часа

Зачет 7,8,9,10 семестр

Семинарские занятия -

Лабораторные занятия 374 часов

Самостоятельная управляемая
работа студентов 48 часов

Всего аудиторных

часов по дисциплине 566 часов

Курсовой проект (работа) -

Всего часов

Форма получения

по дисциплине 566 часов

высшего образования дневная

Составил: к.п.н., доцент О.А.Ковалёва

2010

Учебная программа составлена на основе типовой учебной программы,
утвержденной _____ 200__ г.,
регистрационный номер _____ - _____/ _____

Рассмотрена и рекомендована к утверждению в качестве рабочего
варианта

на заседании кафедры оздоровительной и лечебной физической культуры

_____ 200__ г., протокол № _____

Заведующий кафедрой

доцент _____ О.А. Ковалева

Одобрена и рекомендована к утверждению
методическим советом факультета физической культуры

_____ 200__ г., протокол № _____

Председатель

доцент _____ А.Е. Бондаренко

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Лечебная физическая культура - неотъемлемая часть общей физической культуры и комплексного лечения, реабилитации детей, подростков, взрослых, спортсменов после травм, операций, острых состояний, при хронических заболеваниях, нарушениях осанки, деформациях опорно-двигательного аппарата.

Значение физических упражнений в профилактике и лечении многих заболеваний в связи с гипокинезией значительно возросло. Теперь всеми признается, что возможно раннее применение лечебной физической культуры в общем комплексном лечении является необходимым средством для более быстрого и полного восстановления здоровья и трудоспособности человека.

Целью спецкурса является овладение студентами основами лечебной физической культуры и массажа при различных заболеваниях и повреждениях у детей и подростков, подготовка специалистов, владеющих вопросами организации, методикой занятий физическими упражнениями с профилактической и лечебной целью и механизмами лечебного действия физических упражнений при самых различных заболеваниях и повреждениях у детей и подростков.

Задачами спецкурса являются:

- ознакомление представлений об организации системы реабилитации и оздоровления при заболеваниях и травмах;
- формирование системы знаний о сущности патологических изменений, возникающих при травмах и заболеваниях органов и систем, а также механизме лечебного действия средств физической культуры и массажа в детском и подростковом возрасте;
- овладение методами врачебно-педагогической оценки воздействия физических упражнений и эффективности применения лечебной физической культуры;
- усвоение применения средств ЛФК в зависимости от периода и режима двигательной активности;
- формирование практических умений и навыков по выбору наиболее эффективных и адекватных физических упражнений, их дозировке с учетом диагноза, двигательного режима и периода заболевания;

Материал спецкурса «Лечебная физическая культура» основывается на ранее полученных студентами знаниях по таким учебным дисциплинам, как «Анатомия», «Физиология», «Биомеханика», «Гигиена», «Психология», «Спортивная медицина».

Общее количество часов – 566; аудиторное количество часов - 566, из них: лекции - 160 , практические занятия - 32, лабораторные занятия - 374, самостоятельная управляемая работа студентов (СУРС) - 48. Форма отчётности — 4 зачета, 3 экзамена.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

РАЗДЕЛ 1 «ОСНОВЫ ЛФК И МАССАЖА»

Тема 1 Определение предмета ЛФК

Определение предмета ЛФК. ЛФК в системе комплексного лечения. Механизм лечебного действия физических упражнений, психотерапевтический эффект.

Тема 2 Показания и противопоказания к применению ЛФК в комплексном лечении

Показания и противопоказания к применению ЛФК в комплексном лечении. Цель применения в качестве лечебного средства физических упражнений. Документация. Личность и болезнь.

Тема 3 Массаж как вспомогательное средство ЛФК

Значение знания основ физиологии и патологии в практике ЛФК и массажа. Массаж как вспомогательное средство ЛФК. Пассивное воздействие массажных приемов на клетки, ткани, органы и системы организма. Роль кожи, лимфы и кровообращения в лечебном эффекте.

Тема 4 Основные приемы массажа

Основные приемы массажа. Физическое воздействие каждого приема. Виды массажа. Общий и частный. Сеанс массажа. Курс лечения. Тренировочный массаж, предварительный, восстановительный, лечебный, гигиенический, косметический, самомассаж, массаж биологически активных точек. Приемы массажа при отдельных заболеваниях, травмах. Методика массажа разных частей тела. Оснащение кабинета массажа.

Тема 5 Организация службы лечебной физической культуры

Организация службы лечебной физической культуры. Материальная база, оснащение зала ЛФК, нормативы индивидуальных занятий и коллективных. Учет эффективности лечения. Функциональные пробы в физической реабилитации больных. Психотерапевтическая коррекция.

Тема 6 ЛФК как лечебный метод

ЛФК как лечебный метод психотерапии, функциональной и патогенетической терапии, эмоционально-волевой и тренирующей терапии, лечебно-педагогический процесс. Этапы физической реабилитации,

курс лечения и сеанс лечения. Социальная адаптация.

Тема 7 Характеристика основных средств ЛФК

Характеристика основных средств ЛФК - гимнастические, спортивно-прикладные упражнения и игры. Физические упражнения по степени активности, идеомоторные, аутотренинг.

Тема 8 Формы применения ЛФК

Формы применения ЛФК и формы проведения сеанса, уроки ЛФК. Принципы подбора групп и построения занятий. Лечебное действие - тонизирующее, трофическое, активизирующее, компенсаторное.

Тема 9 Дозировка физических упражнений

Двигательные режимы в стационаре, санатории. Дозировка физических упражнений. Способы дозировки. Врачебный контроль и самоконтроль в процессе занятий. Пульсометрия, физиологическая кривая степени нагрузки.

Тема 10 Характеристика упражнений по анатомическому признаку применения

Характеристика упражнений по анатомическому признаку применения, исходные положения оптимально-эффективные при различных заболеваниях. Варианты сочетаний исходных положений, напряжений и расслаблений в процессе ЛФК. Дыхательная гимнастика. Сочетание музыки и движений

РАЗДЕЛ 2 «ЛФК И МАССАЖ В ТРАВМАТОЛОГИИ, ОРТОПЕДИИ, ХИРУРГИИ»

Тема 1 Лечебная физическая культура и массаж в травматологии

Основные понятия о травме и травматической болезни, повреждающие факторы вызывающие переломы и травмы, виды травм и переломов. Первая помощь при травмах и болевом шоке. Хирургические методы лечения и восстановления в травматологии, оперативные и консервативные методы. Стадии течения травматической болезни, иммобилизационный, функциональный и тренирующий периоды двигательной активности.

Функциональные изменения в организме, связанные с травмой и иммобилизацией на организменном и тканевом уровнях, изменения в нервно-мышечном аппарате, костной ткани и кожных покровах.

Лечебное и реабилитирующее действие физических упражнений и массажа, тонизирующее, трофическое, нормализующее влияние и механизмы компенсаторных реакций. Сочетание общего и специального воздействия в комплексе ЛФК по периодам курса лечения. Методы контроля и эффективности восстановительного лечения, динамометрия, антропометрия, оценка двигательных возможностей.

Переломы костей плечевого пояса, хирургическое лечение, методы наложения фиксации. ЛФК и массаж при переломах плеча и предплечья, диафизарные, эпифизарные и переломы в типичном месте. ЛФК и массаж при переломах ключицы и лопатки. Специальные и общеразвивающие упражнения, механотерапия.

Переломы бедра и голени, хирургическое лечение, вытяжение. ЛФК и массаж при вколоченном и смещенных переломах шейки бедра, эпифизарные и диафизарные переломы. ЛФК и массаж при переломах большеберцовой и малоберцовой кости,

Травмы суставно-связочного аппарата пояса свободных нижних конечностей, разрывы медиального и латерального менисков, разрывы крестообразных и боковых связок, травмы надколенника, гемартрозы коленного сустава. ЛФК и массаж при травмах коленного сустава, и переартериальных тканей. ЛФК и массаж при травмах голеностопного сустава, ахилова сухожилия. ЛФК и массаж при травмах костей плюсны, предплюсны и фаланг пальцев. Специальные и общеразвивающие упражнения, механотерапия.

Травмы суставно-связочного аппарата пояса верхних конечностей, хирургическое лечение и методы фиксации. Надрывы и растяжения суставной сумки. ЛФК и массаж при травмах лучезапястного сустава, пястных костей и фаланг пальцев. ЛФК и массаж при травмах локтевого сустава внутрисуставных переломах. Специальные и общеразвивающие упражнения, механотерапия.

ЛФК и массаж при травмах плечевого сустава, аддукционные, абдукционные и вколоченные переломы. ЛФК и массаж при привычном вывихе плеча. Привычный вывих плеча в спорте. Методика укрепления связочного аппарата, статические, статокинетические упражнения

Переломы костей таза, хирургическое лечение, методы фиксации, ЛФК и массаж при переломах костей таза. Сопутствующие нарушения функций внутренних органов, дискинезии, застойные явления. Переломы позвоночника, компрессионные, тел позвонков, остистых и суставных отростков, хирургическое лечение, методы фиксации. ЛФК и массаж при компрессионных переломах грудных и поясничных позвонков. ЛФК и массаж при компрессионных переломах шейных позвонков

Челюстно-лицевые травмы, повреждения ЛОР органов и глаз. Вывих нижней челюсти, перелом нижней челюсти, перелом переносицы. ЛФК и массаж при челюстно-лицевых травмах и вывихе нижней челюсти. Восстановление функции жевания, мимические упражнения. ЛФК и массаж при травмах ЛОР органов, голосовая гимнастика. ЛФК и массаж

при травмах глаз. ЛФК и массаж при ликвидации последствий ожогов и обморожений.

Тема 2 Лечебная физическая культура и массаж в хирургии

Виды хирургических вмешательств на органы грудной клетки и брюшной полости. Операции на легких, сосудах, сердце. Нарушения функций, внешнего дыхания, сердечной деятельности. Задачи ЛФК в предоперационный период, подготовка к наркотизации, формирование восстановительного потенциала.

Оперативные вмешательства в брюшной полости, эктомии и резекции. Задачи ЛФК в послеоперационный период, застойные явления, дискинезии, спаечный процесс. Диафрагмальное дыхание

Методика массажа после хирургического вмешательства, массаж грудной клетки, спины, конечностей.

Тема 3 Лечебная физическая культура и массаж в ортопедии

Ампутация конечностей, полная и частичная ампутация. Ортопедическое восстановительное лечение, пассивные, активные, механические, электрические протезы. ЛФК и массаж при ампутациях верхней конечности, кисть, предплечье, плече. ЛФК и массаж при ампутациях нижней конечности. ЛФК на этапе формирования культи, овладения протезом, развитие силовой выносливости культи. Методика обучения ходьбе на протезах, ходьба с тростью.

Тема 4 Лечебная физическая культура и массаж в травматологии, ортопедии, хирургии

Реализация этиологического и патогенетического подхода в построении комплекса ЛФК при травмах. Восстановление двигательной функциональной системы средствами ЛФК. Этапы восстановления двигательных функций. Двигательный динамический стереотип, функциональная система компенсаций, физиологические и патологические компенсации.

Профилактика травм, формировании правильных двигательных навыков. Последовательность восстановительных процедур при ликвидации анатомических и функциональных контрактур, массаж, ЛФК, физиотерапия.

РАЗДЕЛ 3 «ЛФК И МАССАЖ В ПЕДИАТРИИ»

Тема 1 Особенности ЛФК в детском возрасте

Периоды физического развития детей грудного возраста, рост и

развитие костно-мышечной системы, врожденные и приобретенные рефлексы. Речедвигательные, слуховые реакции в норме и патологии. Средства ЛФК, применяемые для детей грудного возраста. Гимнастика и массаж для детей грудного возраста как средство физического воспитания и профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, функциональных систем организма. Лечебное плавание и закаливание детей грудного возраста.

Тема 2 ЛФК и массаж при заболеваниях детей различных возрастных групп

Заболевания раннего (до 3-х лет) детского возраста. Краткая характеристика рахита, гипотрофии, грыж, плоскостопия. Показания к применению ЛФК, массажа, лечебного плавания. Заболевания старшего (до 6-7 лет) детского возраста. Краткая характеристика бронхитов, бронхопневмоний, ревматизма, ревмокардитов. Показания к применению ЛФК, массажа, лечебного плавания. Физическое воспитание в детских садах.

Тема 3 ЛФК и массаж детей и подростков с заболеваниями кардиореспираторной системы

Этиология и патогенез заболеваний дыхательной системы: бронхит, бронхиальная астма, пневмония. Цель и задачи ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Противопоказания к назначению ЛФК. Особенности методики ЛФК и массажа при заболеваниях дыхательной системы. Комплексное применение средств физической реабилитации: массаж, физиотерапия, фитотерапия.

Характеристика заболеваний сердечно-сосудистой системы в детском возрасте: врожденные и приобретенные пороки сердца, ревматизм, миокардиты, эндокардит, аритмии, гипер- и гипотонические состояния. Симптомы перечисленных заболеваний. Противопоказания к назначению ЛФК. Задачи ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Рекомендации по проведению занятий лечебной гимнастикой. Комплексное применение средств физической реабилитации при заболеваниях ССС в детском возрасте. Оценка эффективности занятия ЛФК.

Тема 4 ЛФК и массаж детей и подростков с заболеваниями пищеварительной системы

Общая характеристика заболеваний пищеварительной системы у детей и подростков: гастрит, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки. Цель и задачи ЛФК. Противопоказания к применению физических упражнений при заболеваниях пищеварительной системы. Особенности методики ЛФК и массажа при гастритах с повышенной и пониженной секреторной функцией, язвенной болезни

желудка и двенадцатиперстной кишки. Комплексное применение средств ЛФК при заболеваниях пищеварительной системы у детей и подростков.

Оценка эффективности занятия ЛФК.

Тема 5 ЛФК и массаж детей и подростков с поражениями и заболеваниями нервной системы

Этиология и патогенез заболеваний нервной системы у детей и подростков: детский церебральный паралич, невриты, неврозы.

ДЦП. Клинические формы детского церебрального паралича. Периоды восстановительного лечения при ДЦП. Цель и задачи ЛФК при ДЦП. Противопоказания к применению физических упражнений. Особенности методики ЛФК и массажа.

Невриты, неврозы. Цель и задачи ЛФК при заболеваниях нервной системы. Противопоказания к применению физических упражнений. Особенности методики ЛФК и массажа. Комплексное применение средств ЛФК при заболеваниях пищеварительной системы у детей и подростков.

Оценка эффективности занятия ЛФК при данных заболеваниях.

Тема 6 ЛФК и массаж детей и подростков при нарушении опорно-двигательного аппарата

Понятие осанки. Степени нарушения осанки. Причины дефектов осанки. Виды дефектов осанки. Задачи ЛФК при нарушениях осанки. Особенности методики ЛФК и массажа при нарушениях осанки. Профилактика функциональных отклонений осанки.

Понятие о сколиозах. Классификация сколиозов. Степени тяжести сколиозов. Задачи ЛФК при сколиозах. Особенности методики ЛФК и массажа. Профилактика сколиоза.

Общие данные о плоскостопии. Причины его формирования. Виды плоскостопия. Задачи ЛФК при всех формах плоскостопия. Особенности методики ЛФК и массажа. Профилактика плоскостопия. ЛФК в комплексном лечении нарушений опорно-двигательного аппарата. Оценка эффективности занятий ЛФК.

Тема 7 ЛФК и массаж детей и подростков при заболеваниях суставов

Характеристика заболеваний суставов у детей и подростков: артриты, артрозы.

Цель и задачи ЛФК при заболеваниях суставов. Противопоказания к применению физических упражнений. Особенности методики ЛФК и массажа. Комплексное применение средств ЛФК при заболеваниях суставов у детей и подростков. Оценка эффективности занятий ЛФК.

Тема 8 ЛФК и массаж детей и подростков при болезнях системы крови

Краткая клиническая характеристика болезней системы крови в детском возрасте: анемия, болезнь Шенлейна-Геноха. Цель и задачи ЛФК. Противопоказания к применению физических упражнений при болезнях системы крови. Особенности методики ЛФК и массажа. Комплексное применение средств ЛФК при болезнях системы крови у детей и подростков.

Оценка эффективности занятий ЛФК при анемии и болезни Шенлейна-Геноха.

Тема 9 ЛФК и массаж детей и подростков при болезнях обмена веществ

Характеристика заболеваний обмена веществ в детском возрасте: ожирение, сахарный диабет.

Виды ожирения. Степени ожирения. Цель и задачи ЛФК при ожирении. Противопоказания к назначению ЛФК. Особенности методики ЛФК и массажа при ожирении. Сахарный диабет. Противопоказания к назначению ЛФК. Задачи ЛФК при сахарном диабете. Рекомендации по проведению занятий лечебной гимнастикой. Особенности методики ЛФК и массажа при сахарном диабете. Комплексное применение средств ЛФК при заболеваниях обмена веществ у детей и подростков.

Оценка эффективности занятий ЛФК

Тема 10 ЛФК и массаж детей и подростков при болезни печени и желчных путей

Характеристика заболеваний печени и желчных путей у детей и подростков: гепатит: вирусный и хронический, дискинезия желчевыводящих путей, холецистит. Цель и задачи ЛФК.

Противопоказания к применению физических упражнений. Особенности методики ЛФК и массажа. Комплексное применение средств ЛФК при болезни печени и желчных путей у детей и подростков.

Оценка эффективности занятий ЛФК у детей и подростков при болезни печени и желчных путей.

Тема 11 ЛФК и массаж детей и подростков при болезни почек и мочевыводящих путей

Клиническая характеристика наиболее часто встречающихся заболеваний почек и мочевыводящих путей у детей-подростков: пиелонефрит, нефрит, энурез, цистит. Цель и задачи ЛФК.

Противопоказания к применению физических упражнений. Особенности методики ЛФК и массажа. Комплексное применение средств ЛФК при заболеваниях почек и мочевыводящих путей у детей и подростков.

Оценка эффективности занятий ЛФК у детей и подростков при болезни почек и мочевыводящих путей.

Тема 12 ЛФК и массаж детей и подростков при травматических

вывихах, переломах костей и повреждениях связочного аппарата

Травматические вывихи. Причины возникновения вывихов. Виды травматических вывихов. Цель и задачи ЛФК. Противопоказания к применению ЛФК. Особенности методики ЛФК и массажа при различных видах травматических вывихов.

Переломы костей. Виды переломов костей. Комплексное применение средств ЛФК при травматических вывихах, переломах костей и повреждениях связочного аппарата у детей.

Оценка эффективности занятий ЛФК у детей и подростков при травматических вывихах, переломах костей и повреждениях связочного аппарата.

Тема 13 Физическая культура в специальных медицинских группах в школах

Основные данные о специальных медицинских группах и о требованиях к их комплектованию для физической культурой в школе. Основы организации и методики занятий. Дозировка физических упражнений в специальных медицинских группах в школе. Подразделения учащихся по группам здоровья. Аспекты использования физического воспитания. Особенности методика проведения занятий при отклонениях со стороны сердечно-сосудистой системы, дыхательной и эндокринной систем, пищеварительной, нервной и опорно-двигательного аппарата.

РАЗДЕЛ 4 «ЛФК И МАССАЖ В ТЕРАПИИ»

Тема 1 Лечебная физическая культура и массаж в кардиологии

Основные заболевания сердечно-сосудистой системы, врожденные и приобретенные, компенсированные и декомпенсированные, пороки, ишемии, инфаркты, воспалительные процессы миокарда, перикарда, эндокарда.

Нарушения функций автоматизма, проводимости, возбудимости, аритмии, экстрасистолы, блокады продольные и поперечные. Изменения в сердечно-сосудистой системе, компенсированные и декомпенсированные состояния.

Функциональная диагностика, велоэргометрия и электрокардиография функциональные классы больных, толерантность к физическим нагрузкам и двигательные режимы, строгий, палатный, свободный, поликлинический и санаторный этапы восстановления.

Методика и средства ЛФК при сердечно-сосудистой патологии, специальные, общеразвивающие, дыхательные упражнения, экстракардиальные факторы кровообращения и их роль в различные периоды применения ЛФК.

Лечебная гимнастика, специальные упражнения для снижения периферического сопротивления сосудов, повышение тонуса и нормализация функций, дыхательная гимнастика, лечебная ходьба, терренкур

Контроль за эффективностью лечения. Аппаратный контроль, ЭКГ, пульсометрия, мощность выполняемой нагрузки, пульсовая стоимость работы.

Методика реабилитации кардиологических больных после острых состояний - кризов, инфарктов, стационар, санаторий, поликлиника, самостоятельная двигательная активность.

Пороки сердца врожденные и приобретенные, компенсированные и декомпенсированные, регургитация. Порок митрального, аортального клапанов, стеноз аорты, ЛФК и массаж, противопоказания и показания к нагрузкам, циклические нагрузки малой мощности, компенсации.

Миокардиты инфекционные и вторичные. Миокардиодистрофия. Стенокардия покоя, напряжения, стабильная и нестабильная. ЛФК и массаж, специальные упражнения, липидный спектр крови, атеросклероз сосудов, аэробные циклические упражнения, Методика ЛФК и массажа.

Ишемическая болезнь сердца, ее проявления и осложнения. Поражение передней, боковой и задней стенки левого желудочка, физическая работоспособность, критерии физических нагрузок. Определение функционального класса ИБС, велоэлектрокардиография, ЛФК и массаж при I – IV функциональных классах ИБС. Санаторно-курортное лечение, профилактика гиподинамии.

Инфаркт миокарда, острая ишемия сердечной мышцы, мелкоочаговые и крупноочаговые инфаркты, медикаментозное лечение. Симптоматика и первая помощь при инфаркте миокарда. Степень и тяжесть инфаркта, стентирование и аортокоронарное шунтирование.

Применение ЛФК и массажа при инфаркте, строгий постельный, палатный, свободный двигательные режимы, противопоказания к углубленному дыханию, дозированная ходьба, терренкур, массаж воротниковой зоны и конечностей.

Гипертензия и гипертония, первичная и вторичная гипертония, этиология и патогенез гипертонической болезни, стадии недостаточности: I; IIА; IIВ; III, значение физических нагрузок в регуляции тонуса сосудов, изометрические парадоксальные упражнения, релаксационные упражнения и аутотренинг.

Гипотония, первичная и вторичная, анатомически-конституциональная. Двигательный режим. Эмоциональная окрашенность нагрузки, скоростно-силовые и игровые упражнения, закаливание.

Тема 2 Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях органов дыхания

Характеристика основных заболеваний органов дыхания, инфекционные аллергические, функциональные, ЛОР области, дыхательных путей, слизистой оболочки и легочной ткани.

Функциональные и анатомические нарушения при заболеваниях органов дыхания, отек, одышка, удушье, кашель, спазм мускулатуры бронхов, бронхоэктазы. Первая помощь при приступах удушья.

Механизм лечебного действия ЛФК и массажа, специфическое и неспецифическое действие упражнений, углубление дыхания, нормализация фазы вдоха и выдоха, дренажные упражнения, массаж грудной клетки перкуSSIONный.

Бронхиты, астматические компоненты. Бронхиальная астма. Воспаление легких, плевриты; бронхоэктазии и эмфизема легких; легочно-сердечные проявления, туберкулез легких. Легочно-сердечные проявления недостаточности. Отек легких, кровохарканье.

Статические и динамические дыхательные упражнения, дыхательная гимнастика как специфический метод ЛФК в пульмонологии. Парадоксальная гимнастика Стрельниковой, гимнастика Бутейко, методика обучения, показания и противопоказания, адаптация к гипоксии и гиперкапнии, восточные дыхательной гимнастики Йога, Ци-гун.

Методика обучения правильному дыханию в период стойкой ремиссии, глубина вдоха и выдоха, длительность фаз, волевая отработка функции глубины и частоты дыхания.

Учет эффективности лечения, спирометрия, пикфлоуметрия, пневмотахография.

Тема 3 Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения, мочеполовой системы и нарушении обменных процессов

Характеристика основных заболеваний желудка, тонкого и толстого кишечника, прямой кишки. Гастриты и язвенная болезнь, колиты, атонии. Функциональные нарушения, Возбудимость нервной системы, повышенная и пониженная секреция пищеварительных соков, хеликобактерии, режим питания, вредные привычки. Методика построения занятий ЛФК при различных формах секреции и возбудимости нервной системы, временные параметры питания и нагрузки.

Заболевания печени и желчного пузыря, дискинезии и атонии анатомические и функциональные, холецистит, желчекаменная болезнь. Методика построения занятий ЛФК при спастических явлениях и атонических, гипер- и гипосекреции, застойных явлениях, геморрое. Опушения внутренних органов. Массаж и самомассаж дифференцированный подход при выборе массажных приемов. Сегментарный и общий, расслабляющий и тонизирующий, дермовисцеральные рефлексy и биологически активные точки, зона Боасса.

ЛФК и массаж при заболеваниях почек, органов малого таза, нефриты, циститы, заболевания придатков и предстательной железы, последствия венозного застоя в малом тазу. Массаж сегментарный и специальный, Специальные упражнения для активизации венозного оттока в малом тазу, развитие силы мышц тазового дна и мышц запираателей. Противопоказания.

Беременность и происходящие в организме женщины перестройки, функциональные нагрузки на скелет, мышцы, сердечно-сосудистую систему, изменение центра массы тела. ЛФК и массаж при беременности в 1 – 3 триместры, специальные упражнения, профилактика застоя крови в малом тазу, обучение родовому дыханию, профилактика сопутствующих нарушений. Неправильное положение плода и специальная гимнастика для его ликвидации.

Гастроптоз и нефроптоз, слабость мышц брюшной стенки и тазового дна, функциональные нарушения, хирургическое лечение, ЛФК специальные упражнения, коррекция органов исходным положением.

Сахарный диабет, первого и второго типа, инсулинотерапия, регуляция уровня глюкозы при мышечной работе, толерантность глюкозы к инсулину. ЛФК и массаж при сахарном диабете в различные периоды, циклические упражнения, работа на тренажерах, профилактика ангио и нейропатий средствами ЛФК и массажа. Сочетание инсулинотерапии с ЛФК и массажем.

Ожирение алиментарное, эндокринное. Индекс массы тела, Андроидное и ганоидное распределение жира, гиподинамия, гипертония, холестерин, рациональное питание, энергетическая ценность пищи, основной обмен, расход энергии и ее потребление, энергетический баланс. ЛФК и массаж при алиментарном ожирении, аэробные нагрузки, аэробное окисление, эффект суммации работы, дробление нагрузки, расчет выполненной работы.

РАЗДЕЛ 5 «ЛФК И МАССАЖ В КЛИНИКЕ НЕРВНЫХ БОЛЕЗНЕЙ»

Тема 1 Характеристика изменений при заболеваниях и травмах нервной системы

Характеристика поражений центральной и периферической нервной системы, порезы, параличи, вялые, спастические и атонические. Поражения двигательной сферы, атетозы, синкинезии, гиперкинезы и судороги. Чувствительные расстройства, гиперстезия и гипостезия неспецифические расстройства. Поражения вегетативной нервной системы.

Тема 2 Механизм лечебного действия физических упражнений и массажа при заболеваниях и повреждениях нервной системы

Специфическое и неспецифическое действие физических упражнений, трофическое, тонизирующее, нормализующее действие. Массаж, дермовисцеральные рефлексy, физиологическое действие приемов на нервную систему.

Механизм формирования компенсаций, стадии их формирования, функциональные и патологические компенсации.

Взаимодействие процессов возбуждения и торможения в коре, их реализация в двигательной деятельности. Теория моторно-висцеральных рефлексов, моторика, центры вегетативной регуляции, адаптация к нагрузкам.

Тема 3 ЛФК и массаж при заболеваниях и травмах периферической нервной системы

Неврит локтевого, срединного и лучевого нервов, Двигательные и чувствительные нарушения, дистрофии, специальные уклады и массажные приемы, ЛФК и массаж при плексите плечевого сплетения.

Неврите лицевого нерва, двигательные и чувствительные нарушения, мимическая и звуковая гимнастика, лейкопластырное натяжение. Профилактика кератита и травм слизистой рта. Массаж лица и самомассаж.

Неврите седалищного, большеберцового и малоберцового нервов, двигательные и чувствительные нарушения, Массажные приемы и ЛФК.

Тема 4 Этиология и патогенез развития остеохондроза позвоночника

Позвоночный столб и его анатомо-функциональная характеристика, защитная, рессорная и двигательная функции, активная и пассивная части позвоночного столба, строение межпозвонковых дисков.

Остеохондроз, причины возникновения и пути развития остеохондроза. Изменения в позвоночно-двигательном сегменте при развитии остеохондроза, межпозвоночные грыжи, остеофиты, протрузии диска, грыжа Шморля

Стадии развития остеохондроза, обратимые и необратимые проявления остеохондроза, степень выраженности нарушений, нарушения в активной и пассивной частях позвоночного столба.

Тема 5 ЛФК и массаж при остеохондрозе шейного отдела позвоночника

Причины возникновения и развития остеохондроза в сегментах С1 – С8, анатомо-функциональные особенности шейного отдела позвоночника.

Особенности нарушений в сегментах С1 – С8 и связанные с этим специфические синдромы, задней позвоночной артерии, плечелопаточного периартрита, симпатический синдром, кардиальный синдром. Методика ЛФК, массажные приемы, специальные укладки, воротник Шанца, вытяжение сухое и мокрое, статические и динамические упражнения, профилактика шейного остеохондроза средствами ЛФК. Лечебное плавание

Специфика массажных приемов при работе с шеей и воротниковой зоной. Массаж головы.

Тема 6 ЛФК и массаж при остеохондрозе грудного и поясничного отделов позвоночника

Причины возникновения и развития остеохондроза в сегментах Th1 – L5, анатомо-функциональные особенности позвоночного столба в грудном и поясничном отделах, функциональные изгибы, линия центра массы тела.

Характеристика нарушений в сегментах Th1 – Th12 и L1- L5. Синдромы остеохондроза отдела Th1 – L5, анталгическая поза, легочной, печеночный, пояснично-крестцового радикулита. Лечение положением, корсеты и реклинаторы, вытяжение подводное и сухое. Физиотерапевтические воздействия.

Методика ЛФК, тракционные и торсионные упражнения, методика постизометрической релаксации, массажные приемы, сегментарный и рефлекторный массаж, мануальная терапия и самомобилизация, лечебное плавание.

Профилактика грудного и поясничного остеохондроза средствами ЛФК

Тема 7 Этиология и патогенез цереброваскулярной патологии

Причины возникновения мозговых катастроф, факторы риска. Классификация инсультов, геморрагические и ишемические, степени поражения и локализация, обширные, мелкоочаговые, микроинсульты. Двигательные нарушения при инсультах, спастические параличи и парезы, поза Вернике – Манна, нарушения координации и речи. Неспецифические общеневротические нарушения.

Периоды восстановительного лечения, режимы двигательной активности.

Прогноз восстановительного потенциала, хирургические и медикаментозные методы лечения, профилактика.

Тема 8 ЛФК и массаж при цереброваскулярной патологии

Реализация лечебного действия физических упражнений при инсультах. Растирание нервных центров, формирование

физиологических компенсаций, включение коллатеральных нервных связей.

Методика ЛФК и массажа при инсультах в ранний восстановительный период, лечение положением, укладки пациента и конечностей, профилактика контрактур и гипертонуса.

Методика ЛФК и массажа при инсультах в средний восстановительный период, обучение вставанию и ходьбе, навыки самообслуживания

Методика ЛФК и массажа при инсультах в поздний восстановительный период, частичная или полная двигательная и бытовая реабилитация.

Методика ликвидации повышенного тонуса паретичных мышц.

Тема 9 ЛФК и массаж в лечении больных неврозами.

Причины возникновения и развитие неврозов

Причины возникновения и формы неврозов: неврастения, психастения, невроз навязчивых состояний, истерия, функциональные и двигательные проявления и нарушения. Изменения в характере высшей нервной деятельности и регуляции вегетативных функций. Показатели уравновешенности, силы и подвижности нервных процессов

Механизм действия физических упражнений при неврозах, нормализация возбуждения и торможения, адаптация к нагрузкам, тонизирующее и нормализующее влияние ЛФК. Специальные упражнения в зависимости от формы протекания невроза. Игровые и индивидуальные занятия, аутотренинг.

Тема 10 Личность и формы ее патологии

Понятие о структуре и свойствах личности, характер и темперамент. Взаимодействие личности с социальной средой.

Понятие о патологии личности, астеническая и психастеническая формы, гипо и гипертимическая формы, истерическая, эпилептоидная, параноическая и шизоидная формы. Их особенности во взаимодействии с окружающей социальной средой, Контактность и инертность, возбудимость, агрессия, вегетативные проявления.

ЛФК в психиатрической больнице как метод индивидуальной и групповой терапии, направленное воздействие на психические процессы.

Тема 11 ЛФК и массаж в лечении больных с нарушениями вегетативных функций

Вегетативная нервная система и центры регуляции функций.

Мезэнцефалод и диэнцефалон. Сосудодвигательный центр.

Гипертоническая болезнь в ее невротической составляющей, этиология и

патогенез.

Причины падения тонуса сосудов, гипотония и нейроциркуляторная дистония, этиология и патогенез. Спастическая и атоническая формы. Диэнцефальные нарушения и их вегетативные проявления.

Метеочувствительность.

Методика применения ЛФК при снижении сосудистого тонуса, выраженных вегетативных реакциях, массаж.

Тема 12 Нервно – психические расстройства при заболеваниях внутренних органов. Лфк и массаж

Нарушения вегетативной регуляции работы сердца и характеристика неврозов сердца. Кардиофобии.

Неспецифические общевегетативные нарушения при инфаркте миокарда различной локализации, болевые ощущения, тревожность и инертность.

Характеристика невроза ЖКТ. Спастические и атонические колиты. Возникновение невроза беременных, токсикозы беременных и их профилактика средствами ЛФК.

Особенности применения ЛФК и массажа при неврозах внутренних органов.

РАЗДЕЛ 6 «ЛФК И МАССАЖ ПРИ ВОССТАНОВЛЕНИИ РАБОТОСПОСОБНОСТИ У СПОРТСМЕНОВ»

Тема 1. Средства восстановления и стимуляции работоспособности в системе подготовки спортсменов

Проблема средств восстановления и стимуляции работоспособности в медицине и педагогике. Специфичность восстановительных процедур для каждого вида физической работы. Системность и постоянство применения средств восстановления и стимуляции работоспособности.

Тема 2. Педагогические средства восстановления

Общая характеристика педагогических средств восстановления. Планирование нагрузки и построение процесса подготовки. Соответствие нагрузок возможностям занимающихся. Рациональная динамика нагрузки в различных структурных образованиях. Рациональное построение разминки и заключительной части. Условия тренировок и отдыха. Учет индивидуальных особенностей занимающихся.

Тема 3. Психологические средства восстановления

Психорегуляторные и психогигиенические средства восстановления.

Аутогенная тренировка. Психорегулирующая тренировка. Мышечная релаксация. Внушение в состоянии бодрствования. Внушенный сон-отдых. Музыка и светомузыка.

Тема 4. Медико-биологические средства восстановления

Общая характеристика медико-биологических средств восстановления. Гигиенические средства восстановления. Физические средства восстановления. Питание как средство восстановления. Фармакологические средства восстановления.

Тема 5. ЛФК и массаж в системе восстановления работоспособности у спортсменов

Общая характеристика и механизмы ЛФК. Общая характеристика и механизмы действия спортивного массажа. Предстартовый (мобилизационный) массаж. Подготовительный массаж. Восстановительный (репаративный) массаж. Превентивный (профилактический). ЛФК при травмах у спортсменов

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА

Номер раздела, темы, занятия	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Всего часов	Количество аудиторных часов				Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.)	Литература	Формы контроля знаний
			лекции	практические (семинарские) занятия	лабораторные занятия	СРС			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Раздел 1 «Основы ЛФК и массажа»	70	20	4	40	6			экзамен
	Тема 1 Определение предмета ЛФК 1.Определение предмета ЛФК. 2.ЛФК в системе комплексного лечения. 3.Механизм лечебного действия физических упражнений, психотерапевтический эффект.	6	2	2	2	-		[1, 2, 3, 7, 8, 10]	
	Тема 2 Показания и противопоказания к применению ЛФК в комплексном лечении 1.Показания и противопоказания к применению ЛФК в комплексном лечении. 2.Цель применения в качестве лечебного средства физических упражнений.	8	2	2	4	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8, 10]	

	3.Оценка эффективности применения ЛФК 4.Документация. Личность и болезнь.								
	Тема 3 Массаж как вспомогательное средство ЛФК 1.Значение знания основ физиологии и патологии в практике ЛФК и массажа 2.Массаж как вспомогательное средство ЛФК. Пассивное воздействие массажных приемов на клетки, ткани, органы и системы организма. 3.Роль кожи, лимфы и кровообращения в лечебном эффекте.	8	2	-	4	2		[1, 2, 3, 7, 8, 10]	
	Тема 4 Основные приемы массажа 1.Основные приемы массажа Физическое воздействие каждого приема. 2.Виды массажа. Общий и частный. Сеанс массажа 3.Курс лечения. 4. Тренировочный массаж, предварительный, восстановительный, лечебный, гигиенический, косметический, самомассаж, массаж биологически активных точек 5.Приемы массажа при отдельных заболеваниях, травмах. 6.Методика массажа разных частей тела.	8	2	-	6	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8, 10]	

	7.Оснащение кабинета массажа.								
	Тема 5 Организация службы лечебной физической культуры 1.Организация службы лечебной физической культуры. 2.Материальная база, оснащение зала ЛФК, нормативы индивидуальных занятий и коллективных. 3.Учет эффективности лечения. 4.Функциональные пробы в физической реабилитации больных. 5.Психотерапевтическая коррекция.	8	2	-	4	2	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8, 10]	
	Тема 6 ЛФК как лечебный метод 1.ЛФК как лечебный метод психотерапии, функциональной и патогенетической терапии, эмоционально-волевой и тренирующей терапии. 2.Лечебно-педагогический процесс. 3.Этапы физической реабилитации, курс лечения и сеанс лечения. 4.Социальная адаптация.	6	2	-	4	-		[1, 2, 3, 7, 8, 10]	
	Тема 7 Характеристика основных средств ЛФК 1.Характеристика основных средств ЛФК -гимназические, спортивно-прикладные упражнения и игры. 2.Физические упражнения по степени активности, идеомоторные, аутотренинг	8	2	-	4	2		[1, 2, 3, 7, 8, 10]	

	Тема 8 Формы применения ЛФК 1.Формы применения ЛФК и формы проведения сеанса, уроки ЛФК. 2.Принципы подбора групп и построения занятий. 3.Лечебное действие -тонизирующее, трофическое, активизирующее, компенсаторное.	6	2	-	4	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8, 10]	
	Тема 9 Дозировка физических упражнений 1.Двигательные режимы в стационаре, санатории. 2.Дозировка физических упражнений. 3.Способы дозировки. 4.Врачебный контроль и самоконтроль в процессе занятий. 5.Пульсометрия, физиологическая кривая степени нагрузки.	6	2	-	4	-		[1, 2, 3, 7, 8, 10]	
	Тема 10 Характеристика упражнений по анатомическому признаку применения 1.Характеристика упражнений по анатомическому признаку применения, исходные положения оптимально-эффективные при различных заболеваниях. 2.Варианты сочетаний исходных положений, напряжений и расслаблений в процессе ЛФК.	6	2	-	4	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8, 10]	

	3. Дыхательная гимнастика. 4. Сочетание музыки и движений								
2	Раздел 2 «ЛФК и массаж в травматологии, хирургии, ортопедии»	84	20	4	54	6			зачёт
	Тема 1 ЛФК и массаж в травматологии 1. Понятие о травме и травматической болезни. Виды травм и переломов 2. Первая помощь при травмах 3. Хирургические методы лечения и восстановления в травматологии 4. Стадии течения травматической болезни и соответствующие им периоды двигательной активности 5. Массаж, самомассаж, илеомоторные упражнения, релаксация.	6	2	2	2	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 4, 7, 8, 10]	
	Тема 2 ЛФК и массаж в травматологии 1. Функциональные изменения в организме, связанные с травмой и иммобилизацией 2. Лечебное и реабилитирующее действие физических упражнений и массажа 3. Сочетание общего и специального воздействия в комплексе ЛФК по периодам 4. Методы контроля и эффективности	8	2	2	4	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 4, 7, 8, 10]	

	лечения								
	Тема 3 ЛФК и массаж в травматологии 1. Переломы костей плечевого пояса, хирургическое лечение, методы наложения фиксации 2. ЛФК и массаж при переломах плеча и предплечья, диафизарные, эпифизарные и переломы в типичном месте. 3. ЛФК и массаж при переломах ключицы и лопатки 4. Переломы кисти.	12	2	-	10	-		[1, 2, 3, 4, 7, 8, 10]	
	Тема 4 ЛФК и массаж в травматологии 1. Переломы бедра и голени, хирургическое лечение, методы наложения фиксации 2. ЛФК и массаж при переломе шейки бедра, эпифизарные и диафизарные переломы 3. ЛФК и массаж при переломах костей голени 4. ЛФК и массаж при переломах костей стопы	12	2	-	10	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 4, 7, 8, 10]	
	Тема 5 ЛФК и массаж в травматологии 1. Особенности ЛФК и массажа по периодам лечебного курса. 2. Лечение положениями, пассивные и активные упражнения, массаж биологи-	8	2	-	6	-		[1, 2, 3, 4, 7, 8, 10]	

чески активных точек. 3.ЛФК и массаж при компрессионных переломах позвоночника. 4. ЛФК и массаж при переломах остистых и поперечных отростков 1. 5. ЛФК и массаж при переломах дужек позвонков								
Тема 6 ЛФК и массаж в травматологии 1.Характеристика переломов таза Способы иммобилизации при различных видах переломов костей таза 2.ЛФК и массаж при переломах костей тазового кольца 3.ЛФК и массаж при переломе вертлужной впадины 4.ЛФК и массаж при переломах костей таза типа Мальгения	8	2	-	6	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 4, 7, 8, 10]	
Тема 7 ЛФК и массаж в травматологии 1.Методика ЛФК и массажа при челюстно-лицевых травмах 2.Методика ЛФК и массажа при повреждениях ЛОР-органов. 3.Методика ЛФК и массажа при травмах глаз.	8	2	-	4	2		[1, 2, 3, 4, 7, 8, 10]	
Тема 8 ЛФК и массаж в травматологии 1.Понятие ожога. Ожоговая болезнь.	8	2	-	4	2		[1, 2, 3, 4, 7, 8, 10]	

	Периоды течения болезни 2. Понятие отморожения. 3. Показания, противопоказания к ЛФК Методика ЛФК и массажа								
	Тема 9 ЛФК и массаж в хирургии 1. ЛФК при вмешательствах на органы грудной клетки и торокальной хирургии 2. ЛФК при вмешательствах на органы брюшной полости 3. Предоперационная подготовка средствами ЛФК	10	2		6	2	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 4, 7, 8, 10]	
	Тема 10 ЛФК и массаж в травматологии, ортопедии, хирургии 1. ЛФК и массаж при операциях на органах грудной полости. 2. ЛФК и массаж при операциях на органах брюшной полости. 1. 3. ЛФК и массаж при ампутациях конечностей.	4	2	-	2	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 4, 7, 8, 10]	
3	Раздел 3 «ЛФК и массаж в педиатрии»	116	22	4	86	4			зачёт
	Тема 1 Особенности ЛФК в детском возрасте	6	-	2	2	2	Электронная библиотека кафедры	[1, 4]	Защита рефератов
	Тема 2 ЛФК и массаж при заболеваниях детей различных возрастных групп	16	2	2	12	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 6]	
	Тема 3 ЛФК и массаж детей и подростков с заболеваниями	10	2	-	8	-	Практическое пособие	[5, 6, 1]	Контрольная работа

	кардиореспираторной системы								
	Тема 4 ЛФК и массаж детей и подростков с заболеваниями пищеварительной системы	6	2	-	4	-	Практическое пособие	[3,5,6]	
	Тема 5 ЛФК и массаж детей и подростков с поражениями и заболеваниями нервной системы	6	-	-	4	2	Практическое пособие	[2,1,9,10]	Защита рефератов
	Тема 6 ЛФК и массаж детей и подростков при нарушении опорно-двигательного аппарата	10	2	-	8	-	Практическое пособие	[3,5,7]	Контрольная работа
	Тема 7 ЛФК и массаж детей и подростков при заболеваниях суставов у детей	6	2	-	4	-	Электронная библиотека кафедры	[11,2,1]	
	Тема 8 ЛФК и массаж детей и подростков при болезнях системы крови	6	2	-	4	-	Электронная библиотека кафедры	[3,4,9]	
	Тема 9 ЛФК и массаж детей и подростков при болезнях обмена веществ	6	2	-	4	-	Практическое пособие	[2,6]	
	Тема 10 ЛФК и массаж детей и подростков при болезни печени и желчных путей	10	2	-	8	-	Практическое пособие	[1,4,6]	
	Тема 11 ЛФК и массаж детей и подростков при болезни почек и мочевыводящих путей	10	2	-	8	-	Практическое пособие	[1,4,6]	
	Тема 12 ЛФК и массаж детей и подростков при травматических вывихах, переломах костей и повреждениях связочного аппарата	14	2	-	12	-	Электронная библиотека кафедры	[1,3,4]	Контрольная работа
	Тема 13 Физическая культура в	10	2	-	8	-	Электронная	[1]	

	специальных медицинских группах в школах						библиотека кафедры		
	Итого по 4 курсу:	270	62	12	180	16			
4	Раздел 4 «ЛФК и массаж в терапии»	118	22	4	86	6			Зачёт, экзамен
	Тема 1 ЛФК и массаж в кардиологии 1. Заболевания сердца - нарушения функций автоматизма, проводимости, возбудимости 2. Функциональная диагностика, функциональные классы и двигательные режимы 3. Компенсированные и декомпенсированные состояния 4. Методика и средства ЛФК	2	2	-	-	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]	
	Тема 2 ЛФК и массаж в кардиологии 1. Лечебная гимнастика, дыхательная гимнастика, лечебная ходьба. 2. Контроль за эффективностью лечения. 3. Методика реабилитации кардиологических больных после острых состояний - кризов, инфарктов. 4. Экстракардиальные факторы и их роль в различные периоды применения ЛФК	2	-	-	2	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]	
	Тема 3 ЛФК и массаж в кардиологии 1. Миокардиты и миокардиодистрофии 2. Стенокардия	4	-	2	-	2		[1, 2, 3, 7, 8]	

3. Пороки сердца врожденные и приобретенные Методика ЛФК и массажа									
Тема 4 ЛФК и массаж в кардиологии 1. Определение функционального класса ИБС 2. ЛФК и массаж при I – IV функциональном классах Санаторно-курортное лечение 3. Ишемическая болезнь сердца, ее проявления и осложнения	8	2	-	6	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]		
Тема 5 ЛФК и массаж в кардиологии 1. Симптоматика и первая помощь при ИМ 2. Степень и тяжесть ИМ 3. Применение ЛФК и массажа при ИМ 4. Инфаркт миокарда, этиология и патогенез	8	2	-	6	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]		
Тема 6 ЛФК и массаж в кардиологии 1. Этиология и патогенез гипертонической болезни 2. Стадии недостаточности- I; IIА; IIВ; III 3. Механизм лечебного действия ЛФК и массаж при гипертонии	8	2	-	6	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]		
Тема 7 ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания 1. Функциональные и анатомические нарушения при заболеваниях органов	8	2	-	6	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]		

дыхания 2. Основные симптомы 3. Механизм лечебного действия ЛФК и массажа 4. Характеристика основных заболеваний органов дыхания									
Тема 8 ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания 1. Бронхиальная астма. воспаление легких и возможные осложнения, плевриты; бронхоэктазии и эмфизема легких; легочно-сердечные проявления, туберкулез легких Методика ЛФК и массажа в периоды ремиссии	8	-	-	6	2	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]		
Тема 9 ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания 1. Плевриты. 2. Бронхоэктазии и эмфизема легких. 3. Легочно-сердечные проявления недостаточности. Туберкулез легких. Воспаление легких и возможные осложнения.	8	2	-	6	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]		
Тема 10 ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания 1. Гимнастика Стрельниковой. 2. Гимнастика Бутейко. 3. Элементы йоговской дыхательной	8	2	2	4	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]		

гимнастики. 4. Дыхательная гимнастика как специфический метод ЛФК в пульманологии								
Тема 11. ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания 1. Отработка функции глубины и частоты дыхания. 2. Учет эффективности лечения 3. Первая помощь при приступах удушья. 4. Методика обучения правильному дыханию в период стойкой ремиссии	8	2	-	6	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]	
Тема 12 ЛФК и массаж при заболеваниях органов пищеварения и нарушении обменных процессов 1. Тонкого и толстого кишечника. Прямой кишки. 2. Печени и желчного пузыря. 3. Методика построения занятий ЛФК при спастических явлениях и атонических, гипер- и гипосекреции, застойных явлениях, геморрое. Опушениях внутренних органов 4. Характеристика основных заболеваний желудка.	16	2	-	14	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]	
Тема 13 ЛФК и массаж при заболеваниях органов пищеварения и нарушении обменных процессов	20	2	-	16	2	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]	

	1. ЛФК и массаж при беременности в 1 – 3 триместры 2. ЛФК и массаж при гастро и нефроптозах 3. ЛФК и массаж при заболеваниях почек, органов малого таза								
	Тема 14 ЛФК и массаж при заболеваниях органов пищеварения и нарушении обменных процессов. 1. ЛФК и массаж при сахарном диабете в различные периоды, Сочетание инсулинотерапии с ЛФК и массажем 2. ЛФК и массаж при алиментарном ожирении	10	-	-	8	2	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]	
5	Раздел 5 «ЛФК и массаж в клинике нервных болезней»	80	20	6	50	4			экзамен
	Тема 1 Характеристика изменений при заболеваниях и травмах нервной системы Характеристика поражений ЦНС 1. Характеристика поражений ПНС 2. Двигательные расстройства и их классификация 3. Чувствительные расстройства, неспецифические расстройства	2	2	-	-	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]	
	Тема 2 Механизм лечебного действия физических упражнений и массажа при заболеваниях и повреждения нервной системы	6	2	-	4	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]	

<p>1. Трофическое, тонизирующее, нормализующее действие физических упражнений и массажа</p> <p>2. Механизм формирования компенсаций</p> <p>3. Взаимодействие процессов возбуждения и торможения в коре, их реализация в двигательной деятельности</p> <p>4. Теория моторно-висцеральных рефлексов</p>								
<p>Тема 3 ФК и массаж при заболеваниях и травмах периферической нервной системы</p> <p>1. ЛФК и массаж при неврите локтевого, срединного и лучевого нервов ЛФК и массаж при плексите плечевого сплетения</p> <p>2. ЛФК и массаж при неврите лицевого нерва</p> <p>3. ЛФК и массаж при неврите седалищного, большеберцового и малоберцового нервов</p>	8	2	-	6	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]	
<p>Тема 4 Этиология и патогенез развития остеохондроза позвоночника</p> <p>1. Анатомо-функциональная характеристика позвоночного столба</p> <p>2. Причины возникновения и пути развития остеохондроза</p>	8	2	-	6	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]	

	3. Изменения в ПДС при развитии остеохондроза 4. Стадии развития остеохондроза, степень выраженности нарушений при остеохондрозе								
	Тема 5 ЛФК и массаж при остеохондрозе шейного отдела позвоночника 1. Этиология и патогенез остеохондроза в сегментах С1 – С8 2. Характеристика нарушений в сегментах С1 – С8 3. Синдромы остеохондроза отдела С1 – С8 4. Методика ЛФК, массажные приемы 5. Лечение положением, профилактика	8	2	-	6	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]	
	Тема 6 ЛФК и массаж при остеохондрозе грудного и поясничного отделов позвоночника 1. Этиология и патогенез остеохондроза в сегментах Th1 – L5 Характеристика нарушений в сегментах Th1 – L5 2. Синдромы остеохондроза отдела Th1 – L5 3. Методика ЛФК, массажные приемы 4. Лечение положением, профилактика	10	-	2	6	2	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]	
	Тема 7 Этиология и патогенез цереброваскулярной патологии 1. Причины возникновения и	6	2	-	4	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]	

классификация инсультов 2. Степени поражения 3. Характеристика двигательных нарушений при инсультах 4. Неспецифические нарушения									
Тема 8 ЛФК и массаж при цереброваскулярной патологии 1. Механизм лечебного действия физических упражнений при инсультах 2. Методика ЛФК и массажа при инсультах в ранний восстановительный период 3. Методика ЛФК и массажа при инсультах в средний восстановительный период 4. Методика ЛФК и массажа при инсультах в поздний восстановительный период 5. Лечение положением	8	2	-	6	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]		
Тема 9 ЛФК и массаж в лечении больных неврозами 1. Причины возникновения и развитие неврозов 2. Формы неврозов: неврастения, психастения, невроз навязчивых состояний, истерия 3. Действие физических упражнений при неврозах 4. Методика применения ЛФК при	8	2	-	6	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]		

	неврозах								
	Тема 10 Личность и формы ее патологии 1. Структура и свойства личности 2. Патология личности: астеническая и психастеническая формы. 3. Патология личности: гипо и гипертимическая формы 4. Патология личности: истерическая, эпилептоидная, параноическая и шизоидная формы 5. ЛФК в психиатрической больнице	6	2	2	2	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]	
	Тема 11 ЛФК и массаж в лечении больных с нарушениями вегетативных функций 1. Гипертоническая болезнь, этиология и патогенез 2. Гипотония и нейроциркуляторная дистония, этиология и патогенез 3. Дизэнцефальные нарушения 4. Методика применения ЛФК и массажа	4	2	-	2	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]	
	Тема 12 Нервно – психические расстройства при заболеваниях внутренних органов. ЛФК и массаж 1. Характеристика неврозов сердца. Неспецифические нарушения при инфаркте миокарда различной локализации	6	-	2	2	2	Электронная библиотека кафедры	[1, 2, 3, 7, 8]	

	2. Характеристика невроза ЖКТ. Спастические и атонические колиты 3. Невроз беременных ЛФК и массаж при неврозах внутренних органов и беременности								
6	Раздел 6 «ЛФК и массаж при восстановлении работоспособности у спортсменов»	98	24	10	58	6			зачёт
	Средства восстановления и стимуляции работоспособности в системе подготовки спортсменов	18	6	2	10	-		[1, 8, 9]	
	1. Проблема средств восстановления и стимуляции работоспособности в медицине и педагогике 2. Специфичность восстановительных процедур для каждого вида физической работы 3. Принципы применения средств восстановления и стимуляции работоспособности	6	-	2	4	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 8, 9]	
	Тема 1 1. Системность и постоянство применения средств восстановления и стимуляции работоспособности 2. Особенности восстановительных процедур для каждого вида физической работы	8	4	-	4	-		[1, 8, 9]	
	Тема 2 1. Планирование средств	4	2	-	2	-			

	восстановления и стимуляции работоспособности в процессе подготовки								
	Педагогические средства восстановления	20	4	2	12	2			
	1. Характеристика педагогических средств восстановления 2. Особенности планирования нагрузки и построения процесса подготовки 3. Динамика нагрузки в различных структурных образованиях	2	-	-	2	-	Электронная библиотека кафедры	[8, 9, 10, 12]	
	Занятие 1 1.Общая характеристика педагогических средств восстановления 2Планирование тренировочной нагрузки и построение процесса подготовки	4	-	2	2	-	Электронная библиотека кафедры	[8, 9, 10, 12]	
	Занятие 2 1.Соответствие тренировочных нагрузок возможностям занимающихся 2. Учет индивидуальных особенностей занимающихся	4	2	-	2	-		[8, 9, 10, 12]	
	Занятие 3 1. Рациональное построение разминки и заключительной части тренировочного занятия	6	2	-	4	-			
	Занятие 4 1. Планирование упражнений и занятий восстановительного характера	4	-	-	2	2			

2. Условия тренировок и отдыха									
Психологические средства восстановления	20	4	2	12	2				
1.Психорегуляторные средства восстановления 2.Психогигиенические средства восстановления	2	-	-	2	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 8, 9]		
Занятие 1 1.Психорегуляторные и психогигиенические средства в системе восстановления работоспособности спортсменов	4	2	-	-	2	Электронная библиотека кафедры	[1, 8, 9]		
Занятие 2 1. Аутогенная тренировка 2. Психорегулирующая тренировка 3. Мышечная релаксация	4	-	2	2	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 8, 9]		
Занятие 3 1.Внушение в состоянии бодрствования 2. Внушенный сон-отдых	6	2	-	4	-		[1, 8, 9]		
Занятие 4 1.Использование музыки и светомузыки	4	-	-	4	-	Электронная библиотека кафедры			
Медико-биологические средства восстановления	20	6	2	12	-		[2, 6, 7, 11, 13, 14]		
1.Общая характеристика медико-биологических средств восстановления 2.Гигиенические средства восстановления	4	-	-	4	-		[2, 6, 7, 11, 13, 14]		

3. Физические средства восстановления 4. Фармакологические средства восстановления								
Занятие 1 1. Физические средства в системе восстановления работоспособности 2. Электропроцедуры 3. Световое облучение 4. Гипероксия	4	2	-	2	-	Электронная библиотека кафедры	[2, 6, 7, 11, 13, 14]	
Занятие 2 1. Бальнеотерапия 2. Гидропроцедуры	2	2	-	-	-	Электронная библиотека кафедры	[2, 6, 7, 11, 13, 14]	
Занятие 3 1. Фармакологические средства восстановления	6	2	-	4	-			
Занятие 4 1. Питание как средство восстановления 2. Гигиенические средства восстановления	4	-	2	2	-	Электронная библиотека кафедры	[2, 6, 7, 11, 13, 14]	
ЛФК и массаж в системе восстановления работоспособности у спортсменов	22	4	2	12	2		[1, 3, 4, 5]	
1. Общая характеристика и механизмы действия ЛФК 2. Общая характеристика и механизмы действия спортивного массажа	4	-	-	4	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 3, 4, 5]	
Занятие 1 1. Спортивный массаж 2. ЛФК при заболеваниях и	6	-	-	4	2		[1, 3, 4, 5]	

	повреждениях у спортсменов								
	Занятие 2 1. Предстартовый разминочный массаж 2. Предстартовый возбуждающий массаж 3. Предстартовый успокаивающий массаж 4. Предстартовый согревающий массаж	4	2	2	-	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 3, 4, 5]	
	Занятие 3 1. Восстановительный (репаративный) массаж 2. Превентивный (профилактический) массаж	2	-	-	2	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 3, 4, 5]	
	Занятие 4 1. ЛФК и массаж при повреждениях опорно-двигательного аппарата 2. ЛФК и массаж при терапевтических заболеваниях, заболеваниях и повреждениях нервной системы	4	2	-	2	-	Электронная библиотека кафедры	[1, 3, 4, 5]	
	Итого по 5 курсу:	296	66	20	194	16			

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Раздел 1

Примерный перечень лабораторных работ

1. Организация службы ЛФК. Материальная база. Оснащение зала ЛФК и массажного кабинета.
2. Документация по ЛФК, учет эффективности лечения, функциональные пробы в физической реабилитации больных.
3. Организация занятий по ЛФК, подбор больных в группы и формирование специальных медицинских групп
4. Изучение оборудования массажной комнаты. Позы массируемого и положение массажиста. Изучение массажного приема поглаживание и его разновидностей. Отработка приемов на массируемом.
5. Закрепление выполнения массажного приема поглаживание. Изучение массажного приема выжимание и его применение на различных участках тела
6. Совершенствование массажных приемов поглаживание и выжимание. Изучение массажного приема растирание и его применение
7. Совершенствование поглаживания и выжимания. Растирание на различных участках тела.
8. Совершенствование ранее изученных приемов. Изучение массажного приема разминание.
9. Массаж с применением ранее изученных приемов. Изучение активных и пассивных движений и ударных приемов.
10. Массаж с применением ранее изученных приемов. Изучение активных и пассивных движений и ударных приемов.
11. Массаж таза, нижних конечностей, груди и живота. Совершенствование всех изученных приемов
12. Общий массаж тела. Совершенствование всех изученных приемов.
13. Общий массаж тела. Применение основных и вспомогательных приемов на различных участках тела
14. Совершенствование массажа различных участков тела

Примерный перечень практических занятий

1. Основы лечебной физической культуры.
2. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений.
3. Средства лечебной физкультуры.
4. Формы лечебной физкультуры.
5. Показания и противопоказания к применению ЛФК и массажа.

Рекомендуемые формы контроля знаний

1. Реферативные работы

2. Контрольные работы

Рекомендуемые темы реферативных работ

1. История возникновения и развития лечебной физической культуры и массажа.
2. Оценка реабилитационного эффекта влияния лечебной физической культуры и массажа.
3. Методика выполнения и механизмы лечебного воздействия физических упражнений в воде.
4. Трудотерапия как элемент восстановительного лечения.
5. Упражнения на тренажерах как часть лечебной физической культуры.
6. Особенности занятий физическими упражнениями со студентами и школьниками, имеющими отклонения в здоровье.
7. Методика оздоровительного самомассажа.

Рекомендуемые темы контрольных работ

1. Механизмы лечебного влияния физических упражнений.
2. Комплектование групп для проведения занятий.
3. Общие требования к методике применения физических упражнений в ЛФК.
4. Способы дозировки физической нагрузки на занятиях ЛФК.

Раздел 2

Примерный перечень лабораторных работ

1. ЛФК в травматологии. Задачи частные и общие. Показания и противопоказания. Лечебный массаж
2. Применение ЛФК и массажа при травмах в период иммобилизации
3. Применение ЛФК и массажа при травмах в постиммобилизационный период
4. Применение ЛФК и массажа при травмах в постиммобилизационный период
5. Применение ЛФК и массажа при травмах в восстановительный период
6. ЛФК и массаж при травмах и повреждениях плечевого пояса, костей плеча и предплечья
7. ЛФК и массаж при переломах ключицы и лопатки
8. ЛФК и массаж при травмах и повреждениях свободных нижних конечностей, травмы бедра
9. ЛФК и массаж при травмах и повреждениях костей голени
10. ЛФК и массаж при травмах и повреждениях суставов и связок
11. ЛФК и массаж при травмах и повреждениях коленного сустава,

медиального и латерального мениска, крестообразной связки

12.ЛФК и массаж при травмах и повреждениях голеностопного сустава и ахилова сухожилия

13.ЛФК и массаж при травмах и повреждениях костей плюсны, предплюсны и фаланг пальцев

14.ЛФК и массаж при травмах и повреждениях лучезапястного сустава, пястных костей и фаланг пальцев

15.ЛФК и массаж при травмах и повреждениях локтевого сустава внутрисуставных переломах

16.ЛФК и массаж при травмах и повреждениях плечевого сустава (аддукционных, абдукционных и вколоченных переломах)

17.ЛФК и массаж при привычном вывихе плеча, методика укрепления связочного аппарата

18.ЛФК и массаж при переломах костей таза

19.ЛФК и массаж при сопутствующих нарушениях функций внутренних органов вызванных переломами костей таза

20.ЛФК и массаж при травматической болезни спинного мозга и травмах позвоночника. Неврологические нарушения

21.ЛФК и массаж при компрессионных переломах грудных и поясничных позвонков

22.ЛФК и массаж при компрессионных переломах шейных позвонков

23.ЛФК и массаж при челюстно-лицевых травмах и вывихе нижней челюсти

24.ЛФК и массаж при ликвидации последствий ожогов и обморожений

25.ЛФК и массаж при ампутациях нижней конечности. Ортопедическое восстановление. Методика обучения ходьбе на протезе

26.Лабораторное занятие: «Задачи ЛФК в предоперационный период при подготовке больного к операции»

27.ЛФК и массаж при ампутациях верхней конечности. Ортопедическое восстановление

28.Задачи ЛФК в послеоперационный период

Примерный перечень практических занятий

1. Общее понятие о травматической болезни.

2. ЛФК и массаж при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.

3. Показания и противопоказания к применению ЛФК и массажа.

Рекомендуемые формы контроля знаний

1. Реферативные работы

2. Контрольные работы

Рекомендуемые темы реферативных работ

Рекомендуемые темы контрольных работ

Раздел 3

Примерный перечень лабораторных работ

1. Особенности методики ЛФК в различные возрастные периоды
2. Гимнастика и массаж для детей грудного возраста.
3. Лечебное плавание и закаливание детей грудного возраста.
4. Методика ЛФК и массажа при заболеваниях ССС у детей.
5. Методика ЛФК и массажа при болезнях суставов у детей.
6. Методика ЛФК и массажа при болезнях системы крови.
7. Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания.
8. Методика ЛФК и массажа при болезнях органов пищеварения.
9. Методика ЛФК и массажа при болезни обмена веществ.
10. Методика ЛФК и массажа при болезни печени и желчных путей.
11. Методика ЛФК и массажа при болезни почек и мочевыводящих путей.
12. Методика ЛФК и массажа при заболеваниях и травмах нервной системы у детей.
13. Методика ЛФК и массажа при травматических вывихах у детей.
14. Методика ЛФК и массажа при переломах костей.
15. Методика ЛФК и массажа при повреждении связочного аппарата у детей.
16. Методика ЛФК и массажа при термических поражениях у детей.
17. Методика ЛФК и массажа в ортопедии.
18. Методика ЛФК и массажа при хирургических заболеваниях органов брюшной полости и брюшной стенки у детей.
19. Методика ЛФК и массажа при хирургических заболеваниях грудной клетки у детей.
20. Физическое воспитание детей с отклонениями в состоянии здоровья в детских садах.
21. Физическое воспитание детей с отклонениями в состоянии здоровья в школах.

Примерный перечень практических занятий

1. Задачи, противопоказания, подбор средств ЛФК.
2. Формы ЛФК.
3. Дозировка физической нагрузки в детском возрасте.
4. Особенности методики ЛФК в различные возрастные периоды.

Рекомендуемые формы контроля знаний

1. Реферативные работы
2. Контрольные работы

Рекомендуемые темы реферативных работ

Гимнастика и массаж для детей грудного возраста.

1. Лечебное плавание и закаливание детей грудного возраста.
2. ЛФК и массаж при заболеваниях ССС у детей.
3. ЛФК и массаж при болезнях суставов у детей.
4. ЛФК и массаж при болезнях системы крови.
5. ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания.
6. ЛФК и массаж при болезнях органов пищеварения.
7. ЛФК и массаж при болезни обмена веществ.
8. ЛФК и массаж при болезни печени и желчных путей.
9. ЛФК и массаж при болезни почек и мочевыводящих путей.
10. ЛФК и массаж при заболеваниях и травмах нервной системы у детей.
11. ЛФК и массаж с нарушениями опорно-двигательного аппарата у детей.
12. ЛФК и массаж при травматических вывихах у детей.
13. ЛФК и массаж при переломах костей.
14. ЛФК и массаж при повреждении связочного аппарата у детей.
15. ЛФК и массаж при термических поражениях у детей.
16. ЛФК и массаж в ортопедии.
17. ЛФК и массаж при хирургических заболеваниях органов брюшной полости и брюшной стенки у детей.
18. ЛФК и массаж при хирургических заболеваниях грудной клетки у детей.

Рекомендуемые темы контрольных работ

1. ЛФК и массаж при заболеваниях кардиореспираторной системы у детей.
2. ЛФК и массаж при болезнях желудочно-кишечного тракта у детей.
3. ЛФК и массаж с нарушениями опорно-двигательного аппарата у детей.
4. ЛФК и массаж при заболеваниях и травмах нервной системы у детей.
5. ЛФК и массаж при травмах у детей.

Раздел 4

Примерный перечень лабораторных работ

ЛФК и массаж в кардиологии

ЛФК в терапии, задачи, показания противопоказания

Массаж в терапии, задачи, показания и противопоказания

ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – специальные упражнения и массажные приемы

ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – ИБС

ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – стенокардия

ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – инфаркт миокарда

ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – гипертония

ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – пороки сердца

ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – вегето-сосудистая дистония

ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания

ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания – специальные упражнения и массажные приемы

ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания – бронхит и бронхоэктатическая болезнь

ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания – пневмония

ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания – плеврит

ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания – бронхиальная астма

ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания – хронические неспецифические заболевания легких

ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания – пневмосклероз и эмфизема легких

ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания – гайморит, ринит, синусит

ЛФК и массаж при заболеваниях органов пищеварения и нарушении обменных процессов.

ЛФК и массаж при заболеваниях органов пищеварения – специальные упражнения и массажные приемы

ЛФК и массаж при заболеваниях органов пищеварения – гастрит

ЛФК и массаж при заболеваниях органов пищеварения – язвенная болезнь желудка и 12 перстной кишки

ЛФК и массаж при заболеваниях органов пищеварения – дискинезиях желчевыводящих путей

ЛФК и массаж при заболеваниях органов пищеварения – дискинезиях кишечника

ЛФК и массаж при опущениях внутренних органов – гастроптозе

ЛФК и массаж при нарушении обмена веществ – ожирении

ЛФК и массаж при заболеваниях эндокринной системы – сахарный диабет

ЛФК и массаж при заболеваниях мочеполовой системы: нефриты, простатиты

ЛФК и массаж в акушерстве и гинекологии

ЛФК и массаж при опущениях внутренних органов – нефроптозе

Примерный перечень практических занятий

1. ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Клинико-физиологическое обоснование применения ЛФК и массажа. Средства, методы и формы ЛФК. Показания и противопоказания к

применению физических упражнений и массажа.

2. ЛФК и массаж при заболеваниях органах дыхания. Клинико-физиологическое обоснование применения ЛФК и массажа. Средства, методы и формы ЛФК. Показания и противопоказания к применению физических упражнений и массажа.

3. ЛФК и массаж при заболеваниях пищеварения и обмена веществ. Клинико-физиологическое обоснование применения ЛФК и массажа. Средства, методы и формы ЛФК. Показания и противопоказания к применению физических упражнений и массажа.

Рекомендуемые формы контроля знаний

1 Реферативные работы

2 Контрольные работы

Рекомендуемые темы реферативных работ

Дозированная ходьба при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

Врачебный контроль на занятиях ЛФК с кардиологическими больными.

Гипертензия у спортсменов.

Рекомендуемые темы контрольных работ

ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – ИБС.

Массаж заболеваний сердечно-сосудистой системы – ИБС.

ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – инфаркт миокарда.

Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – инфаркт миокарда.

ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – гипертензии.

Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – инфаркт миокарда.

ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – пороки сердца.

ЛФК при бронхитах и воспалениях легких

Массаж при бронхитах и воспалениях легких

ЛФК при бронхиальной астме.

ЛФК при заболеваниях ЖКТ – гастриты и ЯБЖ.

ЛФК при заболеваниях ЖКТ – колиты.

ЛФК при заболеваниях ЖКТ – дискинезии ЖВП.

ЛФК при заболеваниях органов малого таза.

ЛФК при заболеваниях эндокринной системы – сахарный диабет.

ЛФК при беременности в различные триместры.

Раздел 5

Примерный перечень лабораторных работ

ЛФК и массаж при заболеваниях и травмах периферической нервной

системы

ЛФК и массаж при неврите локтевого, срединного и лучевого нервов.
ЛФК и массаж при плексите плечевого сплетения»

ЛФК и массаж при неврите лицевого нерва

ЛФК и массаж при неврите седалищного, большеберцового и малоберцового нервов

ЛФК и массаж при остеохондрозе позвоночника

Массаж при остеохондрозе шейного отдела позвоночника

ЛФК при остеохондрозе грудного отдела позвоночника

ЛФК при остеохондрозе грудного отдела позвоночника

Массаж при остеохондрозе грудного отдела позвоночника

ЛФК при остеохондрозе поясничного и крестцового отделов позвоночника

Отработка массажных приемов при остеохондрозе позвоночника

Отработка массажных приемов при остеохондрозе позвоночника

ЛФК и массаж при радикулите

ЛФК и массаж при цереброваскулярной патологии

Лечение положением, методика укладок и фиксации конечностей

Методика массажа при инсульте

Методика ЛФК и массажа в раннем восстановительном периоде

Методика ЛФК и массажа в среднем восстановительном периоде

Методика ЛФК и массажа в позднем восстановительном периоде

Лечение положением, методика укладок и фиксации конечностей

ЛФК и массаж в лечении больных неврозами

ЛФК и массаж при неврозах

ЛФК в психиатрической больнице

ЛФК и массаж в лечении больных с нарушениями вегетативных функций

Методика ЛФК при гипертонии

Массаж при гипертонии

Методика ЛФК и массажа при гипотонии

ЛФК и массаж при вегетососудистой дистонии, НЦД и ДН синдроме

Нервно – психические расстройства при заболеваниях внутренних органов. ЛФК и массаж

ЛФК и массаж при неврозе сердца

ЛФК и массаж при неврозе желудочно-кишечного тракта

*Примерный перечень практических занятий***ЛФК и массаж при заболеваниях и травмах периферической нервной системы**

1. Причины возникновения и развития невритов, плекситов
2. Медикаментозная терапия при невритах
3. Профилактика невритов

Анатомо-функциональная характеристика позвоночного столба

1. Строение и функции позвонков шейного отдела
2. Строение и функции позвонков грудного поясничного отделов
3. Строение и функции позвонков крестцового копчикового отделов
4. Кровообращение в спинном мозге

ЛФК и массаж при остеохондрозе шейного отдела позвоночника

1. Характеристика синдромов шейного остеохондроза
2. Синдром плечелопаточного периартрита, кардиальный синдром, синдром позвоночной артерии, корешковый синдром

Особенности ЛФК и массажа при данных синдромах

Рекомендуемые формы контроля знаний

1. Реферативные работы.
2. Контрольные работы.

Рекомендуемые темы реферативных работ

Рекомендуемые темы контрольных работ

Раздел 6

Примерный перечень лабораторных работ

1. Планирование тренировочной нагрузки и построение процесса спортивной подготовки
2. Психорегуляторные и психогигиенические средства восстановления
3. Физические средства восстановления (спортивный массаж, бальнеотерапия, гидропроцедуры, электропроцедуры, световое облучение, гипероксия)
4. Предстартовый разминочный массаж
5. Предстартовый возбуждающий массаж
6. Предстартовый успокаивающий массаж
7. Предстартовый согревающий массаж
8. Восстановительный (репаративный) массаж
9. Превентивный (профилактический) массаж
10. ЛФК и массаж при повреждениях опорно-двигательного аппарата
11. ЛФК и массаж при терапевтических заболеваниях, заболеваниях и повреждениях нервной системы

Примерный перечень практических занятий

1. Системность и постоянство применения средств восстановления и стимуляции работоспособности
2. Специфичность восстановительных процедур для каждого вида физической работы

3. Планирование тренировочной нагрузки и построение процесса подготовки
4. Соответствие тренировочных нагрузок возможностям занимающихся
5. Рациональное построение разминки и заключительной части тренировочного занятия
6. Планирование упражнений и занятий восстановительного характера.
7. Аутогенная тренировка и мышечная релаксация
8. Психорегулирующая тренировка
9. Музыка и светомузыка
10. Психогигиенические средства восстановления
11. Питание как средство восстановления
12. Бальнеотерапия и гидропроцедуры
13. Фармакологические средства восстановления
14. Гигиенические средства восстановления
15. Спортивный массаж
16. ЛФК при заболеваниях и повреждениях у спортсменов

Примерный перечень семинаров

1. Планирование средств восстановления и стимуляции работоспособности в процессе подготовки
2. Общая характеристика педагогических средств восстановления
3. Психорегуляторные и психогигиенические средства восстановления
4. Общая характеристика медико-биологических средств восстановления
5. ЛФК и массаж в системе восстановления работоспособности у спортсменов

Рекомендуемые формы контроля знаний

1. Реферативные работы

Рекомендуемые темы реферативных работ

1. Проблема средств восстановления и стимуляции работоспособности в медицине и педагогике.
2. Специфичность восстановительных процедур для каждого вида физической работы.
3. Педагогические средства восстановления
4. Психологические средства восстановления
5. Медико-биологические средства восстановления
6. Гигиенические средства восстановления
7. Физические средства восстановления
8. Питание как средство восстановления
9. Фармакологические средства восстановления
10. Гидротерапия при восстановлении работоспособности у спортсменов

11. Бальнеотерапия в системе восстановления работоспособности у спортсменов
12. Физиотерапевтические средства восстановления
13. Массаж в системе восстановления работоспособности у спортсменов
14. ЛФК в системе восстановления работоспособности у спортсменов
15. Основные направления использования средств восстановления работоспособности

Рекомендуемая литература

ОСНОВНАЯ

- 1 Лечебная физическая культура [текст]: учеб. для студ. высш. учеб. заведений / С.Н. Попов [и др.]; под ред. С.Н. Попова. – 2-е изд. – М.: Издательский центр “Академия”, 2005. – 416 с.
- 2 Иванов, С.М. Лечебная физическая культура при заболеваниях в детском возрасте [текст] / С.М. Иванов. – М.: Медицина, 1981. – 400 с.
- 3 Белая, Н.А. Лечебная физическая культура и массаж [текст]: учебно-методическое пособие для медицинских работников / Н.А. Белая. – М.: Советский спорт, 2001. – 272 с.
- 4 Фонарев, М.И. Справочник по детской лечебной физкультуре [текст] / под ред. М.И. Фонарева. – Л.: Медицина, 1983. – 360 с.
- 5 Физическая реабилитация и укрепление здоровья дошкольников [текст]: пособие для педагогов дошкол. учреждений / Г.И. Нарский [и др.]; под ред. Г.И. Нарского. – Мн.: Полымя, 2002. – 176 с.
- 6 Шестакова, Т.Н. Оздоровительная и лечебная физкультура для дошкольников [текст]: пособие для педагогов и мед. работников дошкол. учреждений / Т.Н. Шестакова, Т.Ю. Логвина. – Мн.: Полымя, 2000. – 176 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

- 7 Ловейко, И.Д. Лечебная физическая культура у детей при дефектах осанки, сколиозах и плоскостопии [текст] / И.Д. Ловейко. – Л.: Медицина, 1982. – 144 с.
- 8 Страковская, В.Л. Лечебная физкультура в реабилитации больных и детей группы риска первого года жизни [текст] / В.Л. Страковская. – Л.: Медицина, 1991 – 160 с.
- 9 Нетрадиционные средства оздоровления детей дошкольного возраста [текст]: из опыта работы С.Я. Кирилловой, воспитателя МДОУ “Детский сад № 28” г. Биробиджана. – Биробиджан.: ОблИУУ, 2007. – 144 с.
- 10 Обучение и воспитание детей в условиях центра коррекционно-развивающего обучения и реабилитации [текст]: пособие для педагогов и

родителей / С.Е.Гайдучевич [и др.]; науч. ред.С.Е.Гайдучевич. – Мн.: УО “БГПУ им. М.Танка”, 2007. – 144 с.

11 Корж, А.А. Повреждения костей и суставов у детей [текст]: учебное пособие / А.А.Корж, Н.С. Бондаренко. – Х.: Прапор, 1994. – 445 с.

1.Бирюков, А. А. Средства восстановления работоспособности спортсмена / А. А. Бирюков, К. А. Кафаров. – М.: Физкультура и спорт, 1979. – 151 с.

1. Граевская, Н. Д. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия: учебное пособие: в 2 ч. / Н. Д. Граевская, Т. И. Долматова. – М.: Советский спорт, 2004. – Ч. 2. – 360 с.

2. Дубровский, В.И. Массаж: поддержание и восстановление спортивной работоспособности / В. И. Дубровский. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 207 с.

3. Дубровский, В. И. Реабилитация в спорте / В. И. Дубровский. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 200 с.

4. Дубровский, В. И. Энциклопедия массажа / В. И. Дубровский. – М.: Мол.гвардия, RETORIKA-A, 1998. – 672 с.

5. Журавлева, А. И. Спортивная медицина и лечебная физкультура / А. И. Журавлева, Н. Д. Граевская. – М.: Медицина, 1993. – 293 с.

6. Макарова, Г. А. Спортивная медицина: учебник / Г. А. Макарова. – М.: Советский спорт, 2002. – 480 с.

7. Мирзоев, О. М. Применение восстановительных средств в спорте / О. М. Мирзоев. – М.: Спорткадемпредс. – 2000. – 204 с.

8. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

Дополнительная

1. Волков, В.Н. Клиническая оценка утомления во врачебно-спортивной практике / В. Н. Волков. – Челябинск: Юж.-Уральск. кн. изд-во, 1973. – 170 с.

2. Дидур, М.Д. Недопинговые фармакологические средства спортивной медицины. Пособие для врачей спортивной медицины и студентов факультетов спортивной медицины / М. Д. Дидур. – СПб, Кафедра физических методов лечения и спортивной медицины СПбГМУ им. акад. И. П. Павлова, 2002. – 44 с.

3. Коц, Я. М. Спортивная физиология: учеб. для ин-тов физ. культуры / Я. М. Коц; под общ. ред. Я. М. Коца. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 239 с.

4. Макарова, Г. А. Фармакологическое обеспечение в системе подготовки спортсменов / Г. А. Макарова. – Краснодар: Сов. Кубань, 1999. – 120 с.

5. Сейфулла, Р. Д. Спортивная фармакология: справочник / /Р. Д. Сейфулла. – М.: ИПК «Московская правда», 1999. – 120 с.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф.СКОРИНЫ

**ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ
ПО ИЗУЧАЕМОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ
С ДРУГИМИ ДИСЦИПЛИНАМИ СПЕЦИАЛЬНОСТИ**

Название дисциплины, с которой требуется согласование	Название кафедры	Предложения об изменениях в содержании учебной программы по изучаемой учебной дисциплине	Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)
			Рекомендовать к утверждению учебную программу в представленном варианте протокол № ____ от _____.200__
			Рекомендовать к утверждению учебную программу в представленном варианте протокол № ____ от _____.200__

--	--	--	--

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф.СКОРИНЫ

ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ
ПО ИЗУЧАЕМОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

на ____/____ учебный год

№ № ПП	Дополнения и изменения	Основание

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры
ОЛФК

(протокол № ____ от _____ 200_ г.)

Заведующий кафедрой
ОЛФК

К.п.н., доцент

О.А.Ковалева

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры УО «ГГУ им. Ф. Скорины»

Д.п.н., профессор

Г.И.Нарскин